

	月	火	水	木	金	土
昼食 3時	2月 	今年の節分は2月2日【恵方(方角)は、「西南西」】 節分には、「季節を分ける」という意味があり、「季節の終わりの日・区切り」を指し、立春・立夏・立秋・立冬の前日の日も「節分」に該当します。 しかしいつしか、一年の始まりであり、大切にされていた「立春」の前日のみを「節分」と呼ぶようになりました。悪いものを追い出し、縁起のよいものを食べて、新しい季節を迎えるための行事です。 立春は年により日付が変わるため、それに合わせて節分の日付も変わります。				1
		スパゲティ バナナ	お菓子			
昼食 3時	3	4	5	6	7	8
	ちくわの金棒 白菜のごま和え じゃが芋のみそ汁 ミルク 鬼カステラ	魚かけ飯 和え物 バナナ お茶 さつま芋団子	マーボー豆腐 中華和え オレンジ ミルク フルーツポンチ	いわしの蒲焼 大豆とわかめの酢の物 玉ねぎのみそ汁 ミルク ジャムサンド	若鶏肉の葱ソース炒め 蒸しブロッコリー・人参 中華スープ 牛乳 お菓子	焼きうどん バナナ お菓子
昼食 3時	10	11	12	13	14	15
	親子煮 ごまみそ和え ぼんかん ミルク チョコロール	建国記念日	若鶏肉の照り焼き れんこんサラダ 白菜のみそ汁 ミルク 小鬼まん	鮭のクリームシチュー キャベツサラダ バナナ お茶 きんぴらおにぎり	みそ煮込みおでん おかか和え オレンジ ミルク 米粉ココア蒸しパン	煮込みうどん バナナ お菓子
昼食 3時	17	18	19	20	21	22
	スペイン風オムレツ 蒸しブロッコリー かぶのスープ ミルク キャロットドーナツ	揚げだし豆腐 にしき和え バナナ ミルク ロシアンクッキー	ひるぜん鍋 宝島寺漬け オレンジ ミルク バナナロール	メルルーサのピザ風 蒸しキャベツ コーンスープ ミルク 大根もち	えびフライカレーライス フレンチサラダ ぼんかん 牛乳 お楽しみケーキ	焼きそば バナナ お菓子
昼食 3時	24	25	26	27	28	
	振替休日	ごぼう入りハンバーグ 蒸しキャベツ・人参 切干大根のみそ汁 ミルク フルーツヨーグルト	豆まめビーフシチュー ひじき入りサラダ オレンジ お茶 じゃこ梅おにぎり	鮭の塩焼き 即席漬け 大根のみそ汁 ミルク ココアゼリー	豚肉のオニオン炒め 粉ふき芋 コンソメスープ ミルク きな粉ラスク	

6日

3歳未満
エネルギー
496
たんぱく質
22.8

3歳以上

エネルギー
661
たんぱく質
31.3

13日

3歳未満
エネルギー
447
たんぱく質
20.6

3歳以上

エネルギー
587
たんぱく質
28



※4日と21日は完全給食です
<2月28日の栄養価>

※12日と25日は腸活の日です※
※13日と26日は3歳未満主食がパンの日です※

※松組・竹組・梅組へのお知らせ※

	エネルギー	たんぱく質	動物性たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄
3歳未満	436	20.9	14.5	10.7	271	1.4
3歳以上	570	28.5	19.3	13	318	2
	ナトリウム	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
3歳未満	700	118	0.54	0.47	31	5.8
3歳以上	1019	145	0.75	0.58	33	8.1



☆3歳未満児主食パンの日の3歳以上児主食について☆
月に1、2回3歳未満児の主食がパンの日を設けています。3歳以上(松・竹・梅)はいつも持ってくる主食は「ごはん」ですが、この日は「ごはん」「パン」のどちらでもかまいません。パンを持って来られる家庭は【食パン】もしくは【ロールパン(バターやレーズン等入っていないもの)】にしてください。今まではクラスの前にお知らせを貼っていましたが、1月より献立下部【完全給食】【腸活の日】【3歳未満児主食パンの日】と記載させていただいています。確認のほどよろしくお願い致します。